**Структура методической разработки**

**Образовательная организация, муниципальный район:**

БДОУ г. Омска «Центр развития ребенка – детский сад №201»

**Ф.И.О., должность носителя практики:** Колесник Татьяна Викторовна, старший воспитатель

**Участники взаимодействия:**

**Заведующий БДОУ:**

Андрусенко Ольга Геннадьевна

**Воспитатели:**

Жердяева Марина Александровна

Коровник Лариса Викторовна

Унжакова Ольга Юрьевна

Буланова Антонина Валерьевна

Смирнова Раиса Николаевна

**Музыкальный руководитель:**

Проткина Наталья Валерьевна

**Бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей города Омска «Городской детский (юношеский) центр»**

**Педагог дополнительного образования:**

Плесовских Оксана Анатольевна

**Региональная общественная физкультурно – спортивная организация**

**Федерация восточного боевого единоборств.**

**БУ города Омска спортивная школа Олимпийского резерва №28 отделение восточное боевое единоборство.**

**Президент Федерации восточного единоборства старший тренер преподаватель:**

Чернов Денис Константинович

**Контактная информация:** мобильный телефон, электронный адрес:

8-908- 017906, e-mail: [ds201@bdou.omskportal.ru](mailto:ds201@bdou.omskportal.ru)

**Тема методической разработки:** итоговое спортивное мероприятие по реализации современных форм продуктивного взаимодействия педагогов дополнительного образованияс родителями, в целях формирования партнерских взаимоотношений взрослых и детей, активного вовлечения ребенка в социум. Долгосрочный проект **«Мы за здоровый образ жизни»** в рамках реализации направления «**Физическое и оздоровительное направление воспитания**», посвященный Дню здоровья.

**Форма проведения мероприятия:** спортивно – игровой турнир по каратэ.

**Место проведения:** спортивный зал БДОУ г. Омска «Центр развития ребенка – детский сад №201»

**Целевая группа:** дети подготовительной к школе группы

**Цель мероприятия:** Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами каратэ, формирования партнерских взаимоотношений взрослых и детей.

## Личностные:

-у детей сформированы представления истории развития каратэ;

-развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы,

координации, выносливости) и базирующихся на них способностях и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий каратэ;

- укрепление здоровья;

- воспитание личностных качеств и нравственных чувств (коллективизм, взаимопомощь).

**Метапредметные:**

-ребёнок овладеет основами техники и тактики в каратэ, дисциплине каратэ;

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с

требованиями вида спорта и правилами подвижных игр;

- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений.

**Регламент работы в форме организации деятельности воспитанников:**

длительность праздника – 40 минут

**Ресурсы для проведения мероприятия:** спортивное мероприятие проводятся силами воспитателей, музыкального руководителя, педагогами дополнительного образования, семьями воспитанников.

**Сценарный план проведения спортивного мероприятия**

Построение. Дети под музыку входят в зал. Встают полукругом.

**Ведущий:** Добрый день, дорогие ребята, уважаемые гости!

Ежегодно 7 апреля во всем мире отмечается Всемирный День здоровья. В этот день в детских садах, школах проходят спортивные соревнования и праздники для того, чтобы ребята могли понять, как много значит здоровье в их жизни, чтобы дети всей планеты, росли здоровыми и крепкими, смелыми и отважными, ловкими и сильными.

**Ведущий**: Сегодня у нас в детском саду пройдет спортивно - игровой турнир: «Мы за здоровый образ жизни». Ребята покажут: комплекс формальных упражнений по каратэ ката хэйан – шодан, умение схематично составлять ката, из предложенных схем, отдельных движений спортсмена, навыки взаимооценки, проявят чувства товарищества.

**Ведущий:** Проводит спортивно - игровой турнир: педагог дополнительного образования, судья региональной категории по каратэ, обладатель светло коричневого пояса Плесовских Оксана Анатольевна.

**Ведущий:** Ни одно соревнование не обходится без судей. И сегодня я представляю вам главного судью спортивно – игрового турнира «Мы за здоровый образ жизни», Чернова Дениса Константиновича, тренера преподавателя, отделения спортивной школы №28. Президента федерации восточного боевого единоборства, судью 1 категории по каратэ, обладателя черного пояса. Приветственное слово предоставляется Денису Константиновичу.

**Ведущий:** Капитаны представьте свои команды: название и девиз.

**Дети:** Команда «Здоровяки»

Наш девиз: «Навеки спорту верным быть,

Здоровье с детства нам хранить.

Не плакать и не унывать,

Соперников не обижать.

Соревнование любить, стараться в играх первым быть.

**Дети:** Команда «Крепыши»

Наш девиз: «Давайте спортом заниматься,

Разминку делать, отжиматься.

Мы станем сильными и смелыми.

И слабых будем защищать

и малышей не обижать.

**Ведущий:** «Давайте будем закаляться

И руки мыт, не забывать

И День здоровья отмечать.

Быть здоровым – это значит, помогайте ребята. Вопросы к каждой команде поочерёдно.

Ответы детей:

**Дети:**

- не болеть;

- заниматься физкультурой и спортом:

- закаляться:

- правильно питаться;

- соблюдать режим дня.

**Ведущий:** Кто с зарядкой дружит смело,

Кто с утра прогонит лень,

Будет смелым и умелым

И веселый целый день.

А у нас все по порядку ну - ка стройся на зарядку.

**Ведущий:** Перестраиваемся в колонну по 3.

Ребята, встали. На право, раз, два, берем гимнастические палки, в колонну по 3 марш.

**Комплекс ОРУ №1 (под музыку)**

1.И.п.: ноги на ширине плеч, палка внизу. 1- поднимаем палку вверх, ногу ставим на носок, 2 – возвращаемся в и.п. Д 12 раз по 6 раз на каждую ногу.

2.Штанга. И.п.: вытянули руки с палкой, перед собой. 1 – сгибаем руки в локтях, локти параллельны полу, палку к себе, 2 – возвращаемся в и.п. Д 6 раз

3.И.п.: палка в обеих руках, одна рука вверху, друга, согнута перед собой, на счет, меняем положение Д 12 раз по 6 раз на каждую руку.

4.И.п.: палка в руках вверху, 1 – опускаем палку за спиной вниз, 2 – поднимаем в и.п. вверх, Д 8 раз.

5.Приседание. И.п.: пятки вместе носки врозь, палка за спиной, 1 – приседаем, 2 – и.п., Д 10 раз.

6.Отжимания от пола. И.п.: упор лежа, планка, Д 10 раз.

7.Упражнение на дыхание. Д. 5 раз.

8.Прыжки на 180 градусов, через палку. Д 10 раз.

9.Упражнение на дыхание. Д. 5 раз.

**Ведущий:** На право, раз, два, в тройках сомкнись, в обход налево марш, кладем палки в корзину, возвращаемся на свои места.

А теперь ребята, отгадайте загадки.

**Ведущий:** Загадка «Крепышам»

Кто гантели поднимает,

Дальше всех ядро бросает,

Бегает быстро

И метко стреляет –

Как, одним словом их всех называют? Дети отвечают.

Совершенно верно. Это спортсмены.

**Ведущий:** Загадка «Здоровякам»

В этом спорте игроки

Все ловки и высоки

Любят в мяч они играть

И в кольцо его кидать

Мячик звонко бьет об пол

Значит это … баскетбол

**Ведущий:** Загадка «Крепышам»

Здесь команда побеждает

Если мячик не роняет

Он летит с подачи метко

Не в ворота – через сетку.

И площадка, а не поле

У спортсменов в … волейболе

**Ведущий:** Загадка «Здоровякам»

Очень трудно быть, не спорте,

Самым метким в этом спорте.

Просто мчаться по лыжне,

То под силу вам и мне.

Сам попробуй, бегать день,

А потом попасть в мишень.

Лежа навзничь, из винтовки.

Тут нельзя без тренировки!

А мишень, то вам ни слон,

Спорт зовется … биатлон.

**Ведущий:** Загадка «Крепышам»

Конь, канат, бревно и брусья.

Кольца с ними рядом

Перечислить не берусь я,

Множество снарядов,

Красоту и пластику,

Дарит нам …гимнастика.

**Ведущий:** А какие еще виды спорта вы знаете? Назовите. Ответы детей:

- футбол, хоккей, гребля, плавание, бокс, таеквон – до, рукопашный бой, лыжные гонки, фигурное катание…

**Ведущий:** И последняя загадка:

Я спешу на тренировку

В кимоно, сражаясь ловко,

Черный пояс нужен мне,

Ведь люблю, я …каратэ.

**Ведущий:** Вы назвали много боевых видов спорта. Скажите, какое практическое, прикладное значение имеют единоборства, в том числе и каратэ? Для чего ими нужно заниматься?

Ответы детей:

- мы сможем постоять за себя;

- защитить близких, родных.

А самое главное, если понадобиться встать на защиту своей Родины.

**Ведущий:** К нам на праздник пришел наш воспитанник Чернов Добрыня, который продолжает заниматься каратэ у Дениса Константиновича. Добрыня и Демьян, выступят с показательным выступлением по ката хэйан – нидан.

**Ведущий:** Ребята, давайте вспомним, определение ката.

Ответы детей:

- ката – это комплекс формальных упражнений по каратэ;

- бой с невидимыми противниками в разных направлениях: вправо, влево, вперед, назад;

- с японского ката переводится, как форма.

Какое практическое (прикладное) значение имеет ката для спортсменов?

**Ответы детей:**

- научатся защищаться от нескольких противников;

- будут готовы к свободным поединкам, спаррингам.

**Ведущий:** Кроме, того проводятся показательные выступления, соревнования, где спортсмены могут продемонстрировать какие физические качества?:

- силу;

Все технические приемы в ката нужно выполнять с силой, мощно.

- быстроту;

Выполнять технические приемы: блоки и удары руками с определенным уровнем быстроты, в одном темпе.

- гибкость;

При передвижении, сохранять низкие стойки.

- выносливость;

Выполнение комплекса ката без остановки, с небольшой паузой, в нужных моментах.

Волевые качества:

- смелость – преодолеть боязнь, страх перед выступлением;

- решительность – в преодолении поставленной цели;

- выдержка – выполнение ката по команде, на счет или указаниям педагога;

- самообладание – возможность управлять своими чувствами в условиях неожиданных неудач, особенно это качество, проявляется у нас при взаимооценке, когда она не соответствует, нашим ожиданиям.

Нравственные качества:

- чувство товарищества: поддержки, сопереживания друг другу.

**Ведущий:** Команда «Здоровяки» 3 группа, занимайте свои места в тройках. Выполнение ката командой «Здоровяки».

**Ведущий:** Поддержать участников спортивно – игрового турнира пришли дети с выступлением по чирлидингу.

**Ведущий:** Команда, «Крепыши», занимайте свои места в тройках. Выполнение ката командой «Крепыши» (музыка).

**Ведущий:** И осталось последнее игровое задание: «Составь схему ката». Где вам нужно показать умение составить схему ката хэйан шодан из уже имеющихся отдельных схем направления движений спортсмена. Проявить умение поддерживать дружеские отношения со сверстниками, выполнять задания в команде, умение договариваться друг с другом.

**Ведущий:** Для этого я даю вам карточки. А также вы можете воспользоваться рисунком, где изображен каратист, выполняющий ката.

Критерии оценки:

- правильное составление схемы, оценивается красной звездочкой.

- допущены ошибки в составлении схемы, оценивается синей звездочкой.

**Ведущий:** Оценить правильность составления схемы ката, команды «Здоровяки», предоставляется капитану команды «Крепыши».

**Ведущий:** Оценить правильность составления схемы ката, команды «Крепыши», предоставляется капитану команды «Здоровяки».

**Ведущий:** Вот и подходит к завершению наш спортивно игровой турнир: «Мы за здоровый образ жизни», посвященный Дню здоровья.

Хочется отметить, что воспитанники «Центр развития ребенка – детский сад 201» являются ежегодными участниками, победителями и призерами городских соревнований, проводимых среди дошкольных учреждений города. Очень радует, что ребята продолжают заниматься спортом и в школе и также принимают активное участие в городской спартакиаде школьников.

**Ведущий:** Подвести итоги спортивного – игрового турнира: «Мы за здоровый образ жизни» провести награждение приглашаю Президента Федерации восточного единоборства Дениса Константиновича.

Совместное фото. Выход под музыку.

**Материально – технические условия:** мультимедийная установка, магнитафон, гимнастические палки, карточки схемы направления движения спортсмена.

**Заключение.**

Дошкольный возраст наиболее благоприятен для физического,

психического и умственного развития ребенка. В этот период закладываются основы его здоровья. Именно в это время целесообразно начинать профилактическую и коррекционную работу по формированию гармонического физического развития детей.

Согласно современным представлениям целью образования является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укрепление здоровья.

Данная методическая разработка позволяет решить задачи, обозначенные в Программе воспитания БДОУ. В дошкольном учреждении задачи физического воспитания решаются в разнообразных формах. У каждой из этих форм работы есть свое назначение и свои особенности в содержании и методике, каждой отведено определенное место в режиме дня. Все формы работы по физическому воспитанию взаимосвязаны. Кроме того все формы физического воспитания интегрированы с разными разделами педагогической работы в детском саду. Целесообразное соотношение различных форм работы в дошкольном учреждении и в семье, правильная организация и методика проведения их обеспечивают полноценное решение всех задач физического воспитания.

**Литература и электронные ресурсы, используемые в процессе разработки спортивного праздника**

1.Алексеев А. В. Преодолей себя! Психическая подготовка в спорте. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 352с

2. Давыдов В. Ю. Меры безопасности на уроках физической культуры – М.: Советский спорт. – 2007. – 140с.

3.Травников А.А. Каратэ для начинающих. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 192 с.

4.Загадки про спорт и о видах спорта deti-online.com/zagadki/zagadki-pro-sport5. Значение карате в физическом воспитании ребенка. URL:

<https://studbooks.net/652206/turizm/karate_universalnaya_sistema_fizicheskogo_vospitaniya_rebenka>

6. Литманович А.В. Физическое воспитание детей 4-7 лет средствами каратэ в условиях дошкольного образовательного учреждения: метод. Пособие / А.В. Литманович, О.А. Садилова – Омск: ООИПКРО, 2004. – 70с.

7.Словарь каратэ шотокан. URL:

http://niv.ru/doc/sport/slovar/slovar-karate-shotokan.htm